

**ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ХРАНЕНИЯ, СТОЯНКИ И ОБСЛУЖИВАНИЯ  
СУДОВ «ЯХТА-ЦЕНТР»**

**ПРИНЯТО**  
На Заседании  
Педагогического Совета  
Протокол №1 от 02.03.2023г.

**УТВЕРЖДЕНО**  
Директором  
ЧУ «Яхта-Центр»  
Барцев Д.Ю.  
Приказ № 1 от 02.03.2023г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА –  
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«ЗИМНИЙ ЯХТИНГ»**

Направленность: техническая

Уровень сложности: базовый

Возраст обучающихся: от 18 лет

Трудоемкость: 20 часов.

Срок реализации: 4 недели

Форма обучения: очная

Санкт-Петербург  
2023г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы .....</b>	<b>4</b>
1.1. Пояснительная записка (общая характеристика дополнительной общеразвивающей программы) .....	4
1.1.1. Нормативно-правовые основания разработки дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы .....	4
1.1.2. Направленность (профиль) и уровень сложности дополнительной общеразвивающей программы .....	4
1.1.3. Актуальность дополнительной общеразвивающей программы .....	5
1.1.4. Отличительные особенности дополнительной общеразвивающей программы .....	5
1.1.5. Адресат дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы (категория обучающихся) .....	5
1.1.6. Объем (трудоемкость) и срок освоения дополнительной общеразвивающей программы .....	5
1.1.7. Формы обучения .....	6
1.1.8. Особенности организации образовательной деятельности обучающихся .....	6
1.2. Назначение реализации дополнительной общеразвивающей программы .....	7
1.2.1. Цель реализации дополнительной общеразвивающей программы .....	7
1.2.2. Задачи организации образовательной деятельности обучающихся .....	8
1.3. Содержание образовательной программы .....	8
1.3.1. Учебный план .....	8
1.3.2. Содержание учебного плана.....	10
1.4. Планируемые результаты освоения обучающимися содержания дополнительной общеразвивающей программы .....	15
1.4.1. Личностные результаты .....	15
1.4.2. Метапредметные результаты .....	15
1.4.3. Предметные результаты .....	16
<b>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы .....</b>	<b>17</b>
2.1. Календарный учебный график .....	17

2.2. Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы .....	19
2.2.1. Требования к материально-техническому обеспечению .....	19
2.2.2. Информационно-методическое обеспечение организации образовательной деятельности .....	19
2.2.3. Кадровое обеспечение реализации образовательной программы .....	19
2.3. Формы контроля и аттестации .....	20
2.4. Оценочные материалы .....	21
2.5. Методические материалы .....	22
2.5.1. Типы учебных занятий .....	22
2.5.2. Формы проведения (организации) учебных занятий .....	22
2.5.3. Методы обучения и воспитания .....	22
2.5.4. Дидактические средства .....	23
2.5.5. Педагогические технологии .....	23

## **РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ – ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

### **1.1. Пояснительная записка (общая характеристика дополнительной общеразвивающей программы).**

#### **1.1.1. Нормативно-правовые основания разработки дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы.**

Нормативно-правовую основу разработки дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы для взрослых «Зимний яхтинг» (далее – образовательная программа) составляют следующие документы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в последующей редакции Федеральных законов);

- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (в последующей редакции);

- письмо министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

Настоящая образовательная программа самостоятельно разработана и утверждена организацией.

Структура образовательной программы в целом включает в себя цель, задачи, планируемые результаты организации образовательной деятельности, учебный план, календарный учебный график, рабочую программу, организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы, формы аттестации, оценочные и методические материалы.

#### **1.1.2. Направленность (профиль) и уровень сложности дополнительной общеразвивающей программы.**

Настоящая образовательная программа имеет техническую направленность (профиль).

Уровень сложности дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы – базовый.

Базовый (общекультурный) уровень – предполагает использование и реализацию таких форм организации учебного материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают

трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления (направленности) образовательной программы.

### **1.1.3. Актуальность дополнительной общеразвивающей программы.**

Актуальность образовательной программы заключается в том, что парусный спорт, и как вид спорта, и как вид отдыха, в настоящее время очень популярен и доступен каждому. Важной составляющей являются достаточные теоретические знания устройства и понимание принципов работы транспортного средства, а также знание правил техники безопасности. Парусное дело и парусный спорт требуют полной концентрации и естественного желания проявить себя по максимуму. Этот вид деятельности требует не только физической подготовки, но и определенных теоретических знаний.

### **1.1.4. Отличительные особенности дополнительной общеразвивающей программы.**

Отличительными чертами данной образовательной программы от уже существующих в этой области является то, что теоретический курс, посвященный подробному разбору конструкции и обслуживанию буеров, позволит научиться правильно работать с инструментами, знать правила техники безопасности при проведении ремонтных работ на буере и построении моделей буеров.

### **1.1.5. Адресат дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы (категория обучающихся).**

К освоению данной образовательной программы допускаются любые лица без предъявления требований к уровню образования, так как это не обусловлено спецификой реализуемой образовательной программы.

Возраст обучающихся – от 18 лет.

Программа будет интересна и полезна тем, кто проявляет интерес к морскому делу, парусному спорту и морским профессиям, а также яхтсменам, желающим получить теоретические знания.

### **1.1.6. Объем (трудоемкость) и срок освоения дополнительной общеразвивающей программы.**

Объем (трудоемкость) освоения образовательной программы обучающимися составляет 20 академических (учебных) часов, из них:

- теория (теоретические учебные занятия) – 18 часов;
- консультация – 1 час;
- итоговое занятие – 1 час.

Срок реализации настоящей дополнительной общеразвивающей программы: 4 недели.

### **1.1.7. Формы обучения.**

Реализация образовательной программы осуществляется в очной форме обучения.

Реализация образовательной программы осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

### **1.1.8. Особенности организации образовательной деятельности обучающихся.**

Проектирование и реализация настоящей образовательной программы строятся на следующих основаниях:

- свобода выбора гражданами образовательной программы;
- соответствие образовательной программы, технологий, форм, методов ее реализации возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся;
- вариативность (при необходимости), гибкость и мобильность образовательной программы;
- ориентация на личностные, метапредметные и предметные результаты образования;
- творческий и продуктивный характер образовательной программы;
- открытый характер реализации данной образовательной программы.

Образовательная деятельность обучающихся организуется в соответствии с учебным планом, календарным учебным графиком, расписанием организации образовательной деятельности обучающихся по настоящей образовательной программе в учебных группах обучающихся одного возраста или разных возрастных категорий граждан (разновозрастные группы), а также индивидуально.

Обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемой настоящей дополнительной общеразвивающей программы осуществляется в порядке, установленном локальными нормативными актами организации.

Образовательная деятельность, осуществляемая для освоения обучающимися образовательной программы, предусматривает проведение аудиторных учебных занятий (теоретические занятия (теория)).

Для всех видов образовательной (учебной) деятельности академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Объем недельной учебной нагрузки обучающихся, включающей в себя все виды образовательной деятельности, в часах регламентируется календарным учебным графиком и расписанием организации образовательной деятельности обучающихся по данной образовательной программе и составляет составляет 4-6 академических часов в неделю. Количество учебных дней по образовательной программе в неделю – 2-3 (занятия проводятся 2-3 раза в неделю). Объем учебной нагрузки в учебный день – 2 часа.

Перерывы между занятиями в рамках учебного дня составляют не менее 10 минут.

Освоение дополнительной общеразвивающей программы завершается итоговым контролем, проводимым в форме, определенной в учебном плане данной образовательной программы самостоятельно. Итоговый контроль выполняет функцию выходной диагностики освоения обучающимися образовательной программы, оценки их достижений. Результат итогового контроля по образовательной программе: образовательная программа освоена («зачтено») / образовательная программа не освоена («не зачтено»).

Проведение итоговой аттестации по данной дополнительной общеразвивающей программе не предусмотрено.

Учет посещения обучающимися учебных занятий, выполнения учебной нагрузки, их успеваемости осуществляется в журнале успеваемости учебной группы, который может быть как в печатной, так и в электронной формах.

Лицам, освоившим дополнительную общеразвивающую программу, выдаются документы об обучении – свидетельства об обучении на бланках, образцы которых самостоятельно устанавливаются организацией.

Лицам, не освоившим образовательную программу, а также лицам, освоившим часть образовательной программы и (или) отчисленным из профессиональной образовательной организации, выдаются справки об обучении или о периодах обучения по образцу, самостоятельно устанавливаемому организацией.

Организация ежегодно обновляет настоящую образовательную программу с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы.

## **1.2. Назначение реализации дополнительной общеразвивающей программы.**

### **1.2.1. Цель реализации дополнительной общеразвивающей программы.**

Реализация образовательной программы направлена на формирование и совершенствование у обучающихся личностных, метапредметных и предметных результатов образовательной деятельности в рамках освоения ими теоретических знаний о принципах устройства буеров.

Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном развитии.

### **1.2.2. Задачи организации образовательной деятельности обучающихся.**

Задачи реализации образовательной программы – достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и воспитания.

Личностные задачи:

- формирование привычки к рефлексии;
- развитие мышления, внимания, памяти.

Метапредметные задачи:

- формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей;
- формирование мотивации к самосовершенствованию, в том числе положительного отношения к обучению
- овладение базовыми понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные (образовательные, обучающие) задачи:

1) формирование у обучающихся знаний:

- техники безопасности;
- об устройстве и вооружении типичного буера.

2) создание условий для освоения обучающимися умений:

- работать со схемами, графическими рисунками, макетами судов.

### **1.3. Содержание образовательной программы.**

#### **1.3.1. Учебный план.**

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение тем, а также формы аттестации.

Сводные данные по бюджету времени (в часах) представлены в подпункте 1.1.6 «Объем (трудоемкость) и срок освоения дополнительной общеразвивающей программы» данного раздела образовательной программы.

Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других помещений, необходимых для реализации дополнительной общеразвивающей программы, раскрыт в подпункте 2.1.1 «Требования к материально-техническому обеспечению» второго раздела настоящей образовательной программы.

План учебного процесса учебного плана данной образовательной программы имеет тематический формат отображения и представлен таблично (см. таблицу 1).



Таблица 1.

**План учебного процесса учебного плана  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Зимний яхтинг»**

№ п/п	Наименование элементов образовательной программы	Виды учебной нагрузки (в часах)			Всего часов
		теория (теоретические занятия)	консультации	контроль	
1	Тема 1. Краткий обзор развития зимний в России, Европе, Мире	2	-	-	2
2	Тема 2. Правила классификации, постройки и обмера буеров	2	-	-	2
3.	Тема 3. Конструкции, строительство буеров, такелажное дело.	2	-	-	2
4	Тема 4. Ремонт буера	2	-	-	2
5	Тема 5. Устройство и вооружение буера	2	-	-	2
6	Тема 6. Основы теории паруса. Устойчивость буера. Штопор.	2	-	-	2
7	Тема 7. Управление буером. Ледовая лоция	2	-	-	2
8	Тема 8. Правила буерных соревнований.	2	-	-	2
9	Тема 9. Самоконтроль, предупреждение травм, оказания первой медицинской помощи	2	-	-	2
	Консультация	-	1	-	1
	Итоговое занятие			1	1
	<b>Итого</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>20</b>

### 1.3.2. Содержание учебного плана.

Содержание учебного плана образовательной программы находит свое выражение в рабочей программе, а также в содержании итогового занятия.

Рабочая программа раскрывает содержание образования и включает в себя применительно к каждой теме содержание учебного материала (дидактические единицы) аудиторных теоретических занятий (теории).

#### Рабочая программа

##### *Тема 1. Краткий обзор развития буерного дела и спорта в России, Европе, Море (2 часа)*

Теория (теоретические занятия) – 2 часа.

Зимний яхтинг в дореволюционной России. Первые гонки (1890 год). Проектирование и строительство буера «Монотип XV» (1931 год). Простейшая классификация буеров по площади парусов.

Виды буерных гонок: классные, на побитие рекордов скорости. Использование буера в годы Великой Отечественной войны. Первые буерные соревнования в послевоенное время.

Буерная классификация 1963 года. Проектирование и строительство буеров свободных классов. Конструктора буеров: С. Витт и В. Гирс, Н. Ермаков и Л. Виноградов.

Развитие буерного спорта в Европе. Буер класса «DN». Создание Российской Ассоциации буеров класса «DN». Первый командор Российской Ассоциации буеров класса «DN» – В. Фадеев. Его вклад в развитие спорта в России.

Конструирование и строительство буеров класса «ОЛ» – «Ледовый оптимист». Дальние ледовые переходы на буерах.

Краткий обзор буерного спорта в России в начале XXI века. Краткий обзор истории развития буерного спорта в Америке, различия в конструировании и строительстве Американских и Европейских буеров. Классификация Американских буеров. Буера на колесах. История их развития и участие в соревнованиях. Рельсовый буер, его применение.

##### *Тема 2. Правила классификации, постройки и обмера буеров (2 часа)*

Теория (теоретические занятия) – 2 часа.

Национальные классы буеров в России, и основные характеристики. Буера международных классов, получившие распространение в России, их основные характеристики. Буера детских – юношеских классов, конструктивные особенности и размеры. Символы классов (на парусах), применяемые на буерах в России. Обмер буера, основные понятия; требования, предъявляемые к рулевому

по подготовке буера к очередному обмеру. Судья-меритель; его обязанности и полномочия. Штамп мерителя.

### ***Тема 3. Конструкции, строительство буеров, такелажное дело (2 часа)***

Теория (теоретические занятия) – 2 часа.

Пиломатериалы, фанера, применяемые при конструировании и строительстве буера (характеристики ели, сосны, лиственные породы дерева.).

Клеи: эпоксидные, полиэфирные, синтетические, клей-ПВА, «Берит», их характеристики и применение.

Металлические оковки, тросы, муфты, болты – применяемые металлы. Грунтовки, лаки, краски – технология покрытий. Материалы, применяемые при пошиве парусов.

Постройка нового буера: подбор дощечек для бортовки, мачты, гика, балки; склейка; строгание профиля мачты, балки (лекала).

Сборка нового буера (стапель), наклейка фанеры: палуба, днище. Покраска, лакирование деревянных частей буера, нанесение марок, бортовых номеров (трафареты, клеящая пленка). Крепление муфт (параллельность), установка шаровой опоры, передней вилки, тяги, ватеркраспицы.

### ***Тема 4. Ремонт буера (2 часа)***

Теория (теоретические занятия) – 2 часа.

Шлифование старой краски на деревянных частях буера, шпатлевка (применяемые материалы). Повторное шлифование, грунтовка, покраска. Ремонт дефектных мест (подгнившее дерево, трещины, выбоины). Грунтовка, покраска буера после ремонта.

Изготовление коньков (щитовые, призмы, Т-образный профиль, четвертый тип). Материалы, применяемые для колодок (дерево, фанера). Металл, применяемый для изготовления щитовых коньков, четвертый тип, полоз для призм, Т-образный профиль. Крепление накладок к щитовым конькам; крепление к колодке призмы металлической оковки полоза призмы, Т-образный металлический профиль. Крепление металлической части конька четвертого типа к деревянной колодке. Сверление отверстия под болт.

Заточка коньков (приспособления, станки, шлифовальные ленты). Угол заточки, зависимость угла заточки от качества льда и температуры окружающей среды: тепло (-1°, +1°), средние температуры (от -5° до -15°), сильный мороз (свыше -15°). Ледовая обстановка: чистый лёд, лёд-двойник, снежура, рыхлый весенний лёд, снежные пироги (мягкие, уплотненные ветром), снежная каша (снег, смешанный с водой, образовавшейся по краям трещин на ледовом поле).

Виды морских узлов, техника и вязание, применение. Знать в каких случаях применять прямой, плоский, восьмёрку, шкотовый, штык простой, буксировочный, удавка.

Уметь самостоятельно наложить марку на растительный и металлический трос, заплести металлический трос на коуш.

### ***Тема 5. Устройство и вооружение буера (2 часа)***

Теория (теоретические занятия) – 2 часа.

Основные детали корпуса буера: бортовая дощечка правая и левая, передняя, задняя бобышка, поперечный набор, подмачтовая коробка, обшивка корпуса, буртики, кницы, упоры балки.

Рулевое управление: поворотная муфта переднего конька, тяга, задняя вилка румпеля, румпель. Подмачтовая шаровая опора: постоянная, на ползуне. Рейка крепления гика-шкотов на палубе, передняя оковка, ватер-краспица. Рангоут: мачта, гик. Балка: крепление муфт, их параллельность, крепление балки к корпусу. Такелаж стоячий: ванты, штаг, ватер-штаг. Такелаж бегучий: фалы, шкоты. Дельные вещи: блоки, талрепы, стопора, болты крепления балки, коньков, мочки.

Порядок вооружения и настроек корпуса буера. Подъём и опускание мачты с парусом и без паруса. Парус и его части. Название шкаторин и углов: боуты, ликторс, булинь, люверсы, латкарманы, латы, фаловая дощечка. Смотровые окна, их размер. Способы крепления шкаторин к рангоуту: ликпаз, раксы.

### ***Тема 6. Основы теории паруса. Устойчивость буера. Штопор. (2 часа)***

Теория (теоретические занятия) – 2 часа.

Аэродинамика парусов. Аналогия между работой крыла и работой паруса. Влияние лобового сопротивления корпуса и вооружения буера на ходовые качества. Баланс аэродинамических сопротивлений буера. Понятия о профильном и индуктивном сопротивлении паруса. Влияние корпуса, экипажа и вооружения на тягу парусов.

Подъёмная сила паруса и средства её увеличения для улучшения тяговых качеств паруса. Распределение давления на профиль паруса, влияния рангоута на работу паруса.

Центровка буера. Влияние расположения центра парусности и центра бокового сопротивления на ходовые качества и управляемость буера. Перемещение фактического центра парусности в зависимости от угла атаки. Настройка буера на предельно высокие ходовые качества: параллельность крепления коньков относительно основной перпендикулярной оси балки к оси корпуса буера, жесткие и мягкие латы, настройка паруса на сильный и слабый ветер, центровка буера.

Момент остойчивости буера, плечо остойчивости у буеров различной конструкции. Увеличение остойчивости буера (перемещение экипажа, увеличение длины балки, балласт).

Нарушение центровки буера, штопор. Действия рулевого для предотвращения штопора. Дефекты «буерной дороги», вызывающие штопор.

Ошибки в технике управления буером, приводящие к штопору. Если буер попал в штопор и остановился: путем осмотра выявить поломки, по возможности устранить их на месте и продолжать гонку или, предупредив судей, идти на базу.

### ***Тема 1.7. Управление буером. Ледовая лоция (2 часа)***

Теория (теоретические занятия) – 2 часа.

Курсы буера относительно ветра: «на ветер», «по ветру», левентик. Работа парусами, галсом. Разгон буера «на ветер», «по ветру», остановка и торможение буера. Приведение к ветру и уваливание. Особенности вождения буера: лёд-двойник, снежные пироги, трещины, торосы, наличие на курсе буера людей, предметов на льду, тонкого льда, полыньи.

Подход буера к препятствию. Опрокидывание буера; действия рулевого. Буер попал в полынью одним коньком или провалился полностью; действия рулевого. Поломка на ходу румпеля, балки мачты, рулевой тяги, конёк попал в трещину (согнулся или сломался пополам); действия рулевого.

Влияние местных условий замерзания льда на безопасность занятий буерным спортом. Образование ледяного покрова: ледяные иглы, ледяное сало, шуга, блинчатый лёд, пилас, снежура, забереги, припай, торосы.

Прирост льда за сутки в зависимости от суточной температуры. Меры безопасности хождения по осеннему льду: промоины, полыньи, разводья, двойник (мокрый, сухой).

Состояние льда в зимнее время. Особенности вождения буера в весеннее время. Состояние поверхности ледового поля весной утром, днем, вечером. Меры безопасности.

Управление буеров в особых условиях: очень слабый ветер, снег, покрывший лёд толстым слоем, мягкий лёд, растаявший под действием солнечных лучей или дождя, наличие снежных наносов – тяжелых пирогов, двойной лёд (двойник), очень сильный ветер, торосистый лёд.

Аварии и их ликвидация. Опрокидывание буера во время гонок на чистом льду, действия водителя. Буер провалился под лёд на осеннем льду; на весеннем льду. В чём различия методов ликвидации аварии, техника безопасности. При движении буера лёд потрескивает, действия водителя буера.

### ***Тема 8. Правила буерных соревнований (2 часа)***

Теория (теоретические занятия) – 1 час.

Права и обязанности участников: судей, гонщиков. Организация проведения соревнований: «Положение», «Программа», «Гоночная инструкция». Выполнение требований, предъявляемых этими документами, и возможность их изменений. Оформление заявки на участие в соревновании: стартовый взнос, страховое свидетельство, удостоверение водителя буера, мерительное свидетельство на буер.

Буера, участвующие в гонке, их техническое состояние: стояночный тормоз, люфт крепления коньков, наличие номеров на парусе, на борту корпуса буера, наличие марок и отметок мерителя соревнования.

Дистанция гонок. Линия старта, линия финиша, зона ожидания, их оборудования. Наиболее употребительные варианты дистанции. Знаки: стартовые, на дистанции, на финише (рекомендуемые конструкции и размеры). Распределение судей и арбитров на этапах гонки: во время старта, финиша; при огибании знака с наветра, с подветра. Смещение знака во время гонки.

Перенесение и отмена гонки, перегонка. Способы оповещения участников. Финиш, правила при финишировании и после финиша.

Материальная ответственность рулевого буера за причинение ущерба, вызванного его неправильными действиями или нарушениями правил соревнований. Фальстарт, отзыв. Контрольное время и время закрытия финиша. Дисквалификация: по протесту, по наблюдению судей. Подсчёт очков. Разведка ледовой обстановки на дистанции гонок до соревнований и во время. Ограждения препятствий, майн, трещин.

### ***Тема 9. Самоконтроль, предупреждение травм, оказания первой медицинской помощи (2 часа)***

Теория (теоретические занятия) – 2 часа.

Объективные данные самоконтроля: вес, динамометрия, спирометрия, пульс, кровяное давление. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, настроение, работоспособность, общее состояние. Понятие о спортивной тренировке и спортивной форме.

Особенности травм при занятиях буерным спортом. Первая доврачебная помощь при травмах. Остановка кровотечения, наложение мягких повязок. Помощь при ушибах, растяжениях, вывихах и переломах. Правила наложения жестких повязок. Имобилизация, переноска пострадавших. Необходимые меры при ожогах, обморожении, обмороке, утомлении; при спасении провалившегося на тонком льду, в полынью, в ледяную трещину под снегом. Искусственное дыхание. Первая помощь, если спортсмен провалился под лёд и захлебнулся водой.

Одежда, обувь, головной убор (горнолыжный карбоновый шлем, шлем водителя мотоцикла). Правила торможения буера обувью, снабженной стальными шипами. Во избежание травм следует на ходу буера ногой опираться о лёд в шиповках впереди балки буера.

#### ***Итоговый контроль – 1 час.***

Осуществляется в форме зачета. При этом используется тестовый контроль. Система оценивания – бинарная.

Содержание итогового контроля представлено в пункте 2.4 «Оценочные материалы».

## 1.4. Планируемые результаты освоения обучающимися содержания дополнительной общеразвивающей программы.

### 1.4.1. Личностные результаты.

Личностные результаты освоения обучающимися образовательной программы представлены в виде таблицы (см. таблицу 2).

*Таблица 2.*

#### *Личностные результаты обучения по образовательной программе*

Наименование группы результатов	Содержание группы результатов
<i>1</i>	<i>2</i>
Личностные результаты	В результате обучения у обучающегося: - будет формироваться мотивация к обучению и познанию; - будет развиваться мышление, внимание, память

### 1.4.2. Метапредметные результаты.

Метапредметные результаты освоения обучающимися образовательной программы представлены таблично (см. таблицу 3).

*Таблица 3.*

#### *Метапредметные результаты обучения по образовательной программе*

Наименование группы результатов	Содержание группы результатов
<i>1</i>	<i>2</i>
Метапредметные результаты	В результате обучения у обучающегося: - будут формироваться познавательные универсальные учебные действия (структурирование знаний, поиск информации, рефлексия деятельности); - будут осваиваться регулятивные универсальные учебные действия (умение контролировать процесс и результаты своей деятельности, целеустремленность и настойчивость в достижении целей); - будет совершенствоваться потребность в саморазвитии

### 1.4.3. Предметные результаты.

Предметные результаты освоения обучающимися настоящей образовательной программы представлены в виде таблицы (см. таблицу 4).

*Таблица 4.*

***Предметные результаты обучения по образовательной программе***

<b>Наименование группы результатов</b>	<b>Содержание группы результатов</b>
<i>1</i>	<i>2</i>
Предметные (образовательные) результаты	В результате обучения обучающийся: <ul style="list-style-type: none"><li>- будет знать технику безопасности;</li><li>- будет знать устройство и вооружение типичного буера</li><li>- будет уметь работать со схемами, графическими рисунками, макетами буеров</li></ul>



**РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС  
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ  
УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ –  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**2.1. Календарный учебный график.**

Календарный учебный график включает в себя календарный график учебного процесса (см. таблицу 5).

Итоговый контроль осуществляется в конце итогового занятия.

Месяцы, числа, время проведения учебных занятий по образовательной программе, их типы, темы, количество отведенных часов, место проведения указываются в расписании организации образовательной деятельности обучающихся по данной дополнительной общеобразовательной программе – дополнительной общеразвивающей программе. Таким образом, расписание организации образовательной деятельности обучающихся по образовательной программе конкретизирует календарный учебный график дополнительной общеразвивающей программы применительно к конкретной учебной группе объединения по интересам.

Таблица 5.

**Календарный учебный график к учебному плану  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Зимний яхтинг»**

№ п/п	Наименование элементов образовательной программы	Порядковые номера учебных недель и учебная нагрузка обучающихся (в часах)				Всего часов
		Неделя 1	Неделя 2	Неделя 3	Неделя 4	
1	Тема 1. Краткий обзор развития буерного дела в России, Европе, Море	2				2
2	Тема 2. Правила классификации, постройки и обмера буеров	2				2
3.	Тема 3. Конструкции, строительство буеров, такелажное дело.		2			2
4	Тема 4. Ремонт буера		2			2
5	Тема 5. Устройство и вооружение буера		2			2
6	Тема 6. Основы теории паруса. Устойчивость буера. Штопор.			2		2
7	Тема 7. Управление буером. Ледовая лодия			2		2
8	Тема 8. Правила буерных соревнований.				2	2
9	Тема 9. Самоконтроль, предупреждение травм, оказания первой медицинской помощи				2	2
	Консультация				1	1
	<b>Итоговое занятие</b>				1	1
	<b>Всего часов в неделю</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>20</b>

## **2.2. Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы.**

### **2.2.1. Требования к материально-техническому обеспечению.**

Реализация настоящей образовательной программы требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

Стол учебный - 3 шт.,

Стулья – 3 шт.,

Тумба – 4 шт.,

Методические пособия – 5 шт.,

Маркерная доска – 1 шт.,

Методические пособия – 4 шт.,

Канцелярские принадлежности – 10 шт.,

Плакат-схема – 1 шт.,

Компьютер – 1 шт.,

Компьютерная мышь – 1 шт.,

Клавиатура – 1 шт.,

Проектор – 1 шт.,

Экран для проектора – 1 шт.

### **2.2.2. Информационно-методическое обеспечение организации образовательной деятельности.**

Информационно-методические источники включают в себя как печатные учебные, учебно-методические, методические издания, так и электронные издания, Интернет-ресурсы, которые дифференцируются на основные и дополнительные источники.

#### ***Основные информационные источники.***

Буерный спорт : Правила соревнований / Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР, Федерация парус. спорта СССР. - М. : Физкультура и спорт, 1983. - 127 с. : ил.; 16 см.

Лазурка И. Буерные гонки [Текст] : (Пособие для подготовки рулевых буеров в кружках и воен.-мор. клубах ДОСААФа) / Всесоюз. добровольное о-во содействия армии, авиации и флоту. - Москва : Изд-во ДОСААФ, 1953. - 104 с. : ил.; 22 см.

Д.Н. Коровельский “Буерный спорт” - М. “Физкультура и спорт” 1968 г., - 170с. Ил 68. –

#### ***Дополнительные информационные источники.***

Борисов С.Ю. 300 лет (1718–2018). История парусного спорта России. - Москва : Аякс-Пресс, 2018.; ISBN 978-5-94161-828-6

Пинегин Т.А. Яхта и буер [Текст] : (Парусный спорт) / Т. А. Пинегин, Б. Б. Лобач-Жученко. - Москва : Воениздат, 1965. - 150 с. : ил.; 21 см.

### **2.2.3. Кадровое обеспечение реализации образовательной программы.**

Педагогическая деятельность по реализации дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование, в том числе по направлению, соответствующему направленности дополнительной общеразвивающей программы, и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования», утвержденным приказом министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 года № 761н (в отношении должности «педагог дополнительного образования»), а также в профессиональном стандарте «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденном приказом министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года № 652н.

*Требования к квалификации.* Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, секции, студии, клубного и иного детского объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы.

Организация вправе привлекать к занятию педагогической деятельностью по данной дополнительной общеобразовательной программе – дополнительной общеразвивающей программе лиц, обучающихся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности настоящей образовательной программы, и успешно прошедших промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения.

Все педагогические работники осваивают дополнительные профессиональные программы – программы повышения квалификации по профилю педагогической деятельности не реже одного раза в три года.

### **2.3. Формы контроля и аттестации.**

В ходе реализации образовательной программы используется итоговый контроль (итоговая диагностика).

Информация о контроле по данной дополнительной общеразвивающей программе представлена в подпунктах 1.1.8 «Особенности организации образовательной деятельности обучающихся» и 1.3.2 «Содержание учебного плана», а также в учебном плане и календарном учебном графике образовательной программы.

Конкретные формы и процедуры контроля обучающихся по образовательной программе доводятся до сведения обучающихся в начале организации обучения по образовательной программе.

На формы контроля разрабатываются необходимые оценочные материалы.

## **2.4. Оценочные материалы.**

### **Оценочные материалы для проведения итогового контроля по образовательной программе**

**Наименование:** итоговый контроль в форме зачета, проводимого при помощи (метод контроля) тестового контроля.

**Время проведения:** 1 ч.

**Содержание.**

**1. Какой из сигналов стартовой процедуры оповещает экипаж яхты о начале гонки?**

сигнал «Предупреждение» для ее класса;

**сигнал «Подготовительный» для ее класса;**

сигнал «Старт открыт» для ее класса.

**2. Выберите верное утверждение**

***Буер, идущий ПОЛНЫМ КУРСОМ должен сторониться (уступать дорогу) буеру, идущему ОСТРЫМ КУРСОМ.***

Буер, идущий ОСТРЫМ КУРСОМ должен сторониться (уступать дорогу) буеру, идущему ПОЛНЫМ КУРСОМ.

**3. Чему равна полная длина буера класса «DN»?**

3000 (±75) мм

4000 (±75) мм

**3660 (±75) мм**

**4. Рангоут – это...?**

курс судна относительно ветра, между галфвиндом и фордевиндом

***общее название устройств для постановки парусов, выполнения грузовых работ, подъема сигналов***

предмет, смягчающий удары корпуса судна о причал или другое судно, расположен на внешней поверхности борта

5. Тросы, поддерживающие мачту, называются...

кокпит

**ванты**

леер

6. Как называется способность судна держаться на поверхности воды, имея заданную осадку при определенном количестве груза и людей на борту?

непотопляемость

ходкость

**плавучесть**

остойчивость

7. Как называется продольная вертикальная плоскость, делящая судно на две симметричные части: левую и правую?

фронтальная

основная

мидель-шпангоута

**диаметральная**

8. Как называется расстояние, измеренное между поверхностями верхней палубы и горизонтального киля?

фальшборт

осадка

дифферент

**высота борта**

**Критерии оценки.**

Оценка «зачтено»: от 50 % – до 100 % включительно правильных ответов.

Оценка «не зачтено»: менее 50 % правильных ответов.

## 2.5. Методические материалы.

### 2.5.1. Типы учебных занятий.

В рамках реализации данной образовательной программы используются следующие типы учебных занятий: теоретическое занятие.

### 2.5.2. Формы проведения (организации) учебных занятий.

Применяются разные формы организации учебного занятия: занятие-беседа, лекция, мастер-класс, «мозговой штурм», презентация.

Используются такие формы организации образовательного процесса, как групповая.

### **2.5.3. Методы обучения и воспитания.**

#### *Методы обучения*

1. Словесные методы обучения: рассказ, объяснение, беседа, дискуссия, работа с информационным источником.
2. Наглядные методы обучения: наблюдение, демонстрация, иллюстрация.
3. Объяснительно-иллюстративный (информационно-рецептивный) метод, репродуктивный метод, метод проблемного изложения, частично-поисковый (эвристический) метод.
4. Методы контроля и самоконтроля.

#### *Методы воспитания*

1. Методы формирования сознания: рассказ, объяснение, разъяснение, инструктаж, пример.

### **2.5.4. Дидактические средства.**

Педагогические работники в ходе организации образовательной деятельности по настоящей образовательной программе используют приведенные ниже средства обучения.

1. Изображения и отображения: таблицы, иллюстративные материалы (рисунки, фотоматериалы), экранно-звуковые средства (кинофильмы, видео- и звукозаписи, компьютерные программы).
2. Описания предметов и явлений условными средствами: схемы, диаграммы, учебные книги.

### **2.5.5. Педагогические технологии.**

Используются следующие педагогические технологии:

- технология индивидуализации обучения;
- технология группового обучения;
- технология коллективного взаимообучения;
- технология объяснительно-иллюстративного обучения;
- технология развивающего обучения;
- технология проблемного обучения;
- технология разноуровневого обучения.